



はじめよう!
健康で経済的な
くらし

2025年度 みんなで取り組む活動テーマ
いまこそ協同の「わ」
生命はぐくむ食でつながろう

ビタミンCの補給でカゼ予防!



樹にならしておき、十分に味をのせてから収穫、追熟しています。農薬無散布。

8 江川農園(神奈川県・小田原市)
江川さんのキウイフルーツ

1kg 935円(税込 1010円) 通常税込 1058円

神奈川県



[放] 不検出 <4.0 <4.4

保存料、着色料、化学調味料等不使用

安心の定番 ハム・ソーセージセットが
お買い得♪

今回
のみ



鎌倉ハムの人気商品のお得なセット。

セット内容:
ロースハムスライス、バラ
ベーコンスライス、あらびき
ウインナー各1点

11 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)
鎌倉新春お祝いセット

3種230g 896円(税込 968円) 通常税込 1078円

豚肉(国内産)



賞15日

定番人気商品に
冬限定の焼き芋味をプラス!



今回
のみ

セット内容:
プレーン
ベーグル、全粒粉
ベーグル、全粒くる
みレーズンベーグル、
はちみつ全粒くる
みベーグル、焼
き芋ベーグル

5種5個
安心して食べられるをコンセプトにした素材を重視したベーグル。

13 冷 米大小
いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞30日
こだわりベーグル詰め合わせ(冬)

5種5個 1070円(税込 1156円) 通常税込 1188円

小麦(北海道)

[放] 不検出 <4.3 <4.2

わ

16 卵乳米大小
バニックス(長野県・伊那市)
内麦クロワッサン(大容量)
(個包装) 1498円(税込 1618円) 通常税込 1663円

小麦(国内産)



[放] 不検出 <4.3 <4.2

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

わ

光食品

(徳島県・上板町)

光食品は有機や国産の原料にこだわり、添加物や化学調味料などを使用せずに、素材本来の味を生かした食品作りを行っています。今回は新たに有機トマトピューレを導入しました。ぜひこの機会にお試しください。



全品
特価

有機トマトが持つ自然な甘みを生かし、トマト本来の味を楽しめる有機JAS認証のトマトピューレです。

原材料: 有機トマト、食塩、有機レモン果汁

20
光食品(徳島県・上板町)
有機トマトピューレ



真っ赤に完熟した海外産有機トマトと国産有機トマトを使用しています。

21
光食品(徳島県・上板町)
トマトケチャップ(瓶)



有機トマト(外国産・国産)

トマト(国内産、アメリカ他)

2026年も 庄内共同ファームを
応援しましょう♪



全品
特価

シーソン初
30
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
いぶしたくあん

250g 498円(税込538円)
通常税込551円
大根(山形県)



秋田の「いぶりがっこ」
にも負けない美味しい!

【放】不検出 <1.5 <1.4

31
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
紅花たくあん

250g 440円(税込475円)
通常税込486円
庄内地方の砂丘で取れた大根を干し、乾燥紅花、米ぬか、赤唐辛子、洗浄糖、天日塩で漬け込みました。
大根(山形県)

32
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
赤かぶ酢漬け

250g 498円(税込538円)
通常税込551円
庄内内在来種赤かぶを砂糖、塩、醸造酢で漬けたシンプルな漬物。自然な赤色と歯切れのよさが楽しめます。
赤かぶ(山形県)

34
能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター
牛バラ切落し

583円/100g
250g 1350円(税込1458円)
旨みがたっぷりのバラ肉を使いやすい切り落としにしました。袋入りでお届けになります。

大阪府

35
能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター
牛切り落とし(3分割)

614円/100g
190g 1080円(税込1166円)
いろいろな部位を使用。炒め物などの料理にどうぞ。使いやすい分割トレー。

大阪府

36
能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター
牛スライス分包3入り

720円/100g
90g ×3包 1800円(税込1944円)
ウデ肉を90gずつ包んでいます。料理に合わせて使いたい分だけ解凍できて便利。

大阪府

37
能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター
牛ミンチ

540円/100g
200g 1000円(税込1080円)
2度挽きしている肉質がまろやかなミンチです。

大阪府

38
微生物農法の会・高柳さん(茨城県・行方市)
高柳さんのれんこん

400g 461円(税込498円)
通常税込510円
茨城県

今週の
おすすめ

やっぱりうまい!
高柳さんのれんこん!

特



歯ごわりが良く、それでいてムチッとした食感を楽しめるれんこんです。初期に殺虫剤を1回使用。

38
微生物農法の会・高柳さん(茨城県・行方市)
高柳さんのれんこん

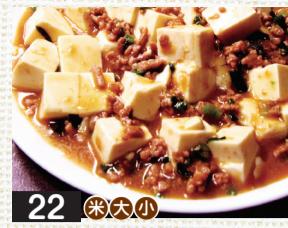
400g 461円(税込498円)
通常税込510円
茨城県

【放】不検出 <3.4 <3.5

供給部
阿部の
おすすめ

切り取ってご活用ください

光食品は有機や国産の原料にこだわり、添加物や化学調味料などを使用せずに、素材本来の味を生かした食品作りを行っています。今回は新たに有機トマトピューレを導入しました。ぜひこの機会にお試しください。



お肉と豆腐があれば麻婆豆腐が簡単に作れます。麻婆春雨や野菜炒めなどにも。

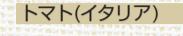
22
光食品(徳島県・上板町)
麻婆の素

225g 398円(税込430円)
通常税込462円
大豆・小麦(国内産)



23
光食品(徳島県・上板町)
有機ミートソース

140g 298円(税込322円)
通常税込346円
トマト(イタリア)



素材の味を生かした野菜たっぷりの有機ミートソースです。



1缶あたり税込151円
24
光食品(徳島県・上板町)
オーガニックジンジャーエール 6本組

250ml ×6 840円(税込906円)
通常税込972円
国産有機しょうがを使用した有機ジンジャーエール。
しょうが(国内産)



1缶あたり税込184円
25
光食品(徳島県・上板町)
有機野菜飲むならこれ!1日分 6缶組

190g ×6 1020円(税込1104円)
通常税込1164円
20種類の野菜を使用し、1日の野菜量350g(厚生労働省推薦)を使用した有機JAS認証の野菜ジュースです。
有機トマト(アメリカ、スペイン他)



1缶あたり税込162円
26
光食品(徳島県・上板町)
有機アップルサイダー+レモン2本組

250ml ×2 300円(税込324円)
通常税込346円
果汁本来の甘味をいかした贅沢なサイダー。有機果汁85%以上。
有機りんご(アルゼンチン、セルビア他)



1缶あたり税込151円
27
光食品(徳島県・上板町)
オーガニックぶどうサイダー+レモン2本組

250ml ×2 280円(税込302円)
通常税込346円
有機JAS認定商品 有機果汁85%以上 葵色料、保存料、酸味料、香料は使っていません。



1缶あたり税込157円
28
光食品(徳島県・上板町)
みかんサイダー+レモン 2本組

250ml ×2 290円(税込314円)
通常税込346円
国産有機うんしゅうみかんと海外産有機レモンを使用。果汁14%。
うんしゅうみかん(国内産)



1缶あたり税込162円
29
光食品(徳島県・上板町)
レモンサイダー 2本組

250ml ×2 300円(税込324円)
通常税込346円
爽やかなレモンサイダー。果汁3%。
レモン(スペイン・イタリア他)



能勢農場の牛肉 特



1026円/100g
33
能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター
牛ロース・肩ロース切落し

200g 1900円(税込2052円)
通常税込2268円
旨味がたっぷり入っている牛肉を切り落としにしました。



583円/100g
34
能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター
牛バラ切落し

250g 1350円(税込1458円)
通常税込1518円
旨みがたっぷりのバラ肉を使いやすい切り落としにしました。袋入りでお届けになります。



614円/100g
35
能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター
牛切り落とし(3分割)

190g 1080円(税込1166円)
通常税込1246円
いろいろな部位を使用。炒め物などの料理にどうぞ。使いやすい分割トレー。



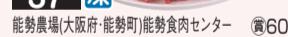
540円/100g
36
能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター
牛ミンチ

200g 1000円(税込1080円)
通常税込1160円
2度挽きしている肉質がまろやかなミンチです。



540円/100g
37
能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター
牛ミンチ

200g 1000円(税込1080円)
通常税込1160円
2度挽きしている肉質がまろやかなミンチです。



伝承の技で醸造された
三州三河みりん

醸造に約3ヶ月、さらに熟成には約2年かかり、甘みと旨味を育むのは微生物の働きで変わります。角屋文治郎商店では、加温をせずじっくりと時間をかけて伝統的なみりんの味を守り続けています。



使用されているもち米、うるち米の高騰により
今回より値上げとなります

「米一升・みりん一升」の本格三河の伝統製法で作
られた本格みりんは、米の旨味たっぷりのおいしさ
です。

前
604
角屋文治郎商店(愛知県・碧南市)
三州三河みりん

700ml 1800円(税込1980円)
もち米(佐賀県)



生姜と旬の冬瓜で体ポカポカ

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。

50
しょうが
88
玉ねぎ
208
手羽元
621
春夏秋冬だしの素

冬瓜と手羽元の
煮込み

◆材料

冬瓜 小玉1/2個
手羽元 15本程度
玉ねぎ 中玉2個
しょうが 一かけ
小ねぎ 10g
春夏秋冬だしの素 お玉一杯分
酒 大さじ1
水 300ml

◆作り方

① 冬瓜、玉ねぎを剥き、大きめに切る。しょうがは千切り、小ねぎは刻む。
② 鍋に小ねぎ以外の材料、調味料を入れ、蓋をして中火でコトコト30分位煮込む。途中かき混ぜ、味の込み込み具合をチェックする。
③ お皿に盛り、小ねぎを上にちらしたら完成。



そろそろおわり

畠まるごと

企画



見た目や大きさなど無選別の畠まるごと企画!お買い得です。減農薬栽培。
静岡県

今年は気候の影響か、サビダニに泣かされた1年でした。見た目はイマイチですが、甘味濃く、好評です。

渥美農園(静岡県・浜松市)
渥美さんの畠まるごとみかん
39 800g 418円(税込451円)
40 2kg 980円(税込1058円)

温州みかんの中でもやや大きめで高糖系の品種です。減農薬栽培。

江川農園(神奈川県・小田原市)
江川さんの大津みかん

44 1kg 398円(税込430円)
45 5kg 1980円(税込2138円)

神奈川県



独特の芳香を生かして
葉味、天ぷらなどに。減農薬栽培。

49 作本さん達(熊本県・熊本市)
大葉

10枚 136円(税込147円)通常税込157円

熊本県



50 大紀コープファーム生産者グループ(高知県)
しょうが

70g 211円(税込228円)
爽やかな香りは葉味として。しょうが湯にも安心してお使いください。減農薬栽培。

高知県

無農薬



51 飯田さん(千葉県)、西山さん(熊本県)
にんにく

約100g 250円(税込270円)
ホワイト種または外皮は紫がかった暖地系を時期に合わせてお届け。味、香り共に良い品種です。農薬不使用。

千葉県、熊本県

無農薬

りん片バラでお届けする場合があります



54 藤嶋さん(熊本県・天草市)
きゅうり

3本 276円(税込298円)
ハウス栽培にて農薬をできるだけ減らして栽培しました。減農薬栽培。

熊本県

無農薬

60 井上さん(埼玉県・美里町)
深谷ネギ(根深白ネギ)

埼玉県



55 微生物農法の会・長島さん達(茨城県・行方市)
長島さんの小松菜

1束(約200g) 230円(税込248円)
貝化石等資材を工夫しています。農薬無散布。

茨城県 [放] 不検出 <3.2 <4.4

無農薬

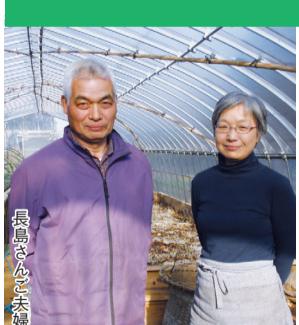
泥なし

深谷ネギ
・ネギの生産量が全国トップクラスの埼玉県深谷より。
・白い根深のネギで、きめが細く柔らかです。
・寒くなるほど糖度が高くなります。
・忌避剤等を駆使して農薬散布はゼロに。

約300g 250円(税込270円)
[放] 不検出 <4.4 <4.1

埼玉県

行方市 長島さんより



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

65 長島さんのレタス

1玉 310円(税込335円)

良質な堆肥等を使い、地力を高めることで農薬を使用せずに栽培しています。

農薬無散布・化学肥料不使用。

茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.6

無農薬

有機資材を豊富に加え、保肥力のある土作りを行っています。木酢液等を使用し、農薬使用を最小限に。

右田さん達(熊本県・芦北町)、他
ミニトマト

70 約150g



220円(税込238円)

熊本県、他

特 420円(税込454円)通常税込464円

無農薬

ひと味ちがう

赤羽根さんのキウイ

栃木県
壬生町

ヨーグルトに添えて!
ビタミンCもプラス!



赤羽根さんは先代から農地を引き継ぎ、自家製堆肥で土を作り、農薬や化学肥料を使わない栽培を実践しています。

※もし固めの場合は、常温で追熟してお好みの柔らかさでお召し上がりください。

41

赤羽根さん(栃木県・壬生町)

赤羽根さんのキウイフルーツ

200g 272円(税込294円)通常税込306円

(3~4玉入り)

栃木県

ホルモン剤不使用の為、比較的小ぶりですが、キウイ本来の甘さがぎっしり詰まっています。農薬無散布。

[放] 不検出 <3.9 <4.0

3~4玉

無農薬

特

3~4玉

無農薬

前回好評

おきたまのふじ

おきたまのふじ

前回好評

おきたまのふじ

<p

農産担当 真紀子のおすすめ

使いやすさ抜群!

ミニ玉ねぎ!!



74

まごころの里・吉田さん達(北海道・栗山町)

ミニ玉ねぎ

250円(税込270円)

北海道

ミニサイズなので、そのまま丸ごとポトフやスープに入れて。大玉サイズよりも締まっているので、野菜室に保管しておけば1か月程度は持ちします!



丁寧な栽培管理で、きめ細かく、味がよく、日持ちのする玉ねぎ作りをしています。減農薬栽培。

ポトフで



75

井上さん(埼玉県・美里町)

ブロッコリー

1個(重9cm以上) 300円(税込324円)

ビタミン、カロテン豊富なブロッコリー。つぼみの部分だけでなく、太い茎の部分も茹でて。減農薬栽培。

埼玉県 [放] 不検出 <3.6 <3.5

フランス原産の
じゃがいもですほっこりと
ネットリの真ん中
サッサー

- ・フランス原産の小振りなじゃがいも♪
- ・収穫後低温貯蔵し、甘さをアップさせてお荷物します。
- ・キタアカリ似の黄肉ですが、煮崩れにくくテンブン価が高いです。

76

まごころの里(北海道・美幌町)

じゃがいも(サッサー)

700g 350円(税込378円)

澱粉質で食味に優れ、ホクホクしています。煮くずれしにくく、芽が出にくいのが特長。減農薬栽培。

北海道

山かけに

豆腐の山かけ



77

上村さん達(青森県・八戸市)

長芋

200g 228円(税込246円)

産地にて貯蔵したものを受注してからカットして袋詰めします。減農薬栽培。

青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0

焼き芋で!



安納芋

- ・通常のさつまいもよりもでんぶん質が多いとされています。
- ・水分量が多いのでネットリ&クリーミーな食感です。
- ・じっくりと焼く「焼き芋」がおすすめです。

78

あゆみの会・柳沢さん達(鹿児島県・中種子町)

みつき(安納紅)

500g 461円(税込498円)

安納芋は種子島だけで作られている甘みの強いさつまいもです。ねっとりした食感が特長的です。減農薬栽培。

鹿児島県

無農薬



微生物農法の会・大和田さん(茨城県・行方市)

大和田さんのさつまいも

79 500g

250円(税込270円)

茨城県

80 1kg

498円(税込538円)

茨城県

[放] 不検出 <0.3 <0.6

特



微生物農法の会・高柳さん(茨城県・行方市)

高柳さんのれんこん

400g 461円(税込498円)通常税込510円

歯がわりが良く、それでいてムチッとした食感を楽しめるれんこんです。初期に殺虫剤を1回使用。

茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.5



90 木村農園(茨城県・つくば市)

木村さんのごぼう

300g 220円(税込238円)

食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物ややきに。減農薬栽培。

茨城県 [放] 不検出 <4.3 <6.9



91 木村農園(茨城県・つくば市)

木村さんの里芋

500g 300円(税込324円)

品種は土垂(どだれ)。肉質がねっとりとしていて軟らかく、煮崩れしにくいのが特長。農薬無散布。

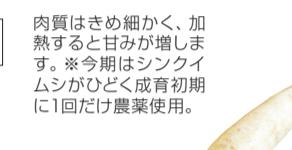
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.0



無農薬



伝統品種



肉質はさめ細かく、加熱すると甘みが増します。※今期はシンクイムシがひどく成育初期に1回だけ農薬使用。



※できるだけ
葉付きでお届けします

大根

81 1本

1本(900g前後) 225円(税込243円)

千葉県

82 カット 1/2本(500g前後) 158円(税込171円)

千葉県

[放] 不検出 <3.3 <4.2

無農薬



品種は男爵。煮物やスープなどでどうぞ。減農薬栽培。

北海道

86 800g

300円(税込324円)

87 2kg

700円(税込756円)

北海道

無農薬



品種は男爵。煮物やスープなどでどうぞ。減農薬栽培。

北海道

92 西山さん(熊本県・天草市)

菊芋

約200g 280円(税込302円)

葉膳野菜として有名です。生ではシャキシャキ、加熱するとホクホク、ねっとりした食感です。農薬無散布。

熊本県

93 冷



安田さん(福島県・郡山市)

安田さんのなめこ

70g 115円(税込124円)

独自の栄養元をバランスよく使い、なめこ本来の甘さと旨味を充分引き出しています。

福島県 [放] 不検出 <4.3 <4.3



山田さん(茨城県・つくば市)

山田さんのしめじ

200g 250円(税込270円)

ひらたけのしめじです。おがくすに米糠を混ぜたもので菌床栽培。日持ちが良いと評判です。

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6



村上さん(栃木県・高根沢町)

舞茸

100g 248円(税込268円)

衛生管理にも気を配った安心の品質。日持ち、香りともに良好です。

栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3

最新の放射能検査結果は職員のおすすめの裏面をご覧ください



なかのきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市)

飯泉さんの生しいたけ

100 A品

100g 210円(税込227円)

原木栽培をしています。カサも肉厚で菌床栽培のものとは風味・香り共に違います。

茨城県



101 B品

200g 225円(税込243円)



96 あゆみの会・渡辺さん(千葉県・旭市)

ホワイトマッシュルーム

100g 280円(税込302円)

床土には馬糞肥、鶏糞を使い、殺菌は薬剤を使わず熟殺菌です。

千葉県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

冷凍野菜・果物
基本的に特別栽培、慣行栽培の作物を扱っています103 冷
イズクス(東京都・中央区)
冷凍かぼちゃ

500g 498円(税込538円)

北海道産のかぼちゃです。しつととしめたがいのかぼちゃです。煮物やスープに。

かぼちゃ(北海道)

104 冷
ニチノウ(茨城県・かすみがうら市)
冷凍mikataきたあかり焼きじゃがいも

400g 403円(税込435円)

ホクホク食感と甘みが特徴の北海道産じゃが芋きたあかりを皮つきのまま焼き冷凍。トースターかレンジで。

じゃがいも(北海道)

105 冷
日本生活協同組合連合会
アボカド(ダイスカット)

125g 148円(税込160円)

野生種に近く味にコクがあり風味豊かです。シャキッとした歯ごたえと風味をお楽しみください。

長野県 [放] 不検出 <3.3 <3.1

106 冷
日本生活協同組合連合会
国産さといも

150g 298円(税込322円)

国産の色々なサイズの里芋を皮剥きし軽く湯通しし凍結。

そのまま料理に使えます。茹でる場合熱湯で約20分。

107 冷
日本生活協同



加持さんのうなぎ



メーカー都合により1月2回から指定原材料の入手が困難な為、タレの付属が終了となります。

加持さんの鰻は1年以上の時間をかけ、密飼いせず、よく運動させます。身がしまっており「天然に近い味」と評価されている加持さんの鰻、ぜひお試しを。

お届けは1月3回になります

四万十川河口付近で獲れた稚魚(シラス)を1年以上の歳月をかけてじっくり育てました。

凍米大小
加持養鰻場(高知県・四万十市)
加持さんのうなぎ

112 蒲焼

130g 2200円(税込 2376円) 通常税込 2614円

113 白焼

130g 2050円(税込 2214円) 通常税込 2430円



賞 180日

水産品

- 近海・天然ものを中心に扱います。
- 給餌する養殖ものは飼育内容が明確な鰻とエビを扱っています。
- 干物、漬魚には、酸化防止剤、化学調味料は不使用です。



121 凍米
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞30日
天日干しアジ

4枚210g以上 548円(税込 592円)

佐賀県に水揚げされたアジを開き、潮風と太陽で干し上げる「天日干し」にしました。干物の定番です。

真あじ(佐賀県)



116 凍米
塩屋(茨城県・ひたちなか市) 賞30日
国内産冷凍あさり

180g 428円(税込 462円)

主に北海道(厚岸)、愛知(渥美)など国内から、季節や状態に合わせてお届けします。
あさり(国内産) [放] 不検出 <3.4 <4.0



122 凍米
千倉水産加工販売・女川工場(宮城県・女川町) 賞180日
塩さんま

4尾260g 540円(税込 583円)

北海道～三陸沖で漁獲された旬のさんまの頭と内臓を取り塩水漬けにし、ほどよい塩味をつけました。
さんま(北海道、三陸沖)



127 凍米
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞30日
真あじフィーレ

片身5～8枚前後200g 450円(税込 486円) 通常税込 508円

長崎産の旬の真あじを食べやすく三枚おろしにしました。
天ぷらやフライに、ナゲット風にも。

真あじ(長崎県)

5～8枚
塩水漬けせずに「振り塩」にて甘塩に仕上げました。ご家庭での解凍時に、旨味はそのままに塩が浸透します。



131 凍米
トクシイコーポレーション(東京都・中央区) 賞180日
ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切

3切165g 642円(税込 693円)

ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすく1切約55gにしました。甘塩です。
紅鮭(ロシア)



132 凍米
トクシイコーポレーション(東京都・中央区) 賞180日
ロシア産紅鮭切身(中辛)2切

2切140g 535円(税込 578円)

東カムチャッカの定置網で漁獲されたロシア産の紅鮭です。中辛塩で仕上げました。
紅鮭(ロシア)

お米・雑穀

- ネオニコチノイド系農薬を使用しておりません。
- 土づくりを心掛けた生産者たちが作っています。

注文書の6ヶタ欄に記載をお願いします

農業の専門学校で学生達が日々の実習の中で栽培したお米です。減農薬・減化学肥料栽培で、特別栽培米基準です。



5kg 4625円(税込 4995円)

502051 白米

宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今摺米) 無農薬

502011	白米	5kg 4800円(税込 5184円)
502012	玄米	5kg 4500円(税込 4860円)
502013	7分	5kg 4800円(税込 5184円)
502014	5分	5kg 4800円(税込 5184円)

農業の専門学校で学生達が日々の実習の中で栽培したお米。減農薬・減化学肥料で、特別栽培米基準の内容。

5kg 4500円(税込 4860円)

502052 玄米

5kg 4500円(税込 4860円)

鯉淵学園(茨城県・水戸市)

ひとめぼれは、初期除草剤1回のみ使用(ネオニコチノイド系農薬不使用)。化学肥料も使わず育てました。つや姫は、無農薬・無化学肥料栽培です。

山形・おきたま興農舎

502041 つや姫(白米)

無農薬 2kg 2735円(税込 2954円)

502042 つや姫(玄米)

無農薬 2kg 2595円(税込 2803円)

502044 ひとめぼれ(白米)

5kg 5125円(税込 5535円)

502045 ひとめぼれ(胚芽精米)

2kg 2220円(税込 2398円)

おきたま興農舎(山形県・高畠町)

高知沖で獲れた新鮮なお魚をお届け♪ 特



簡単な調理法を添付!

高知県沖で獲れた魚介をその日のうちに下処理、急速冷凍。魚種別に真空にした鮮魚冷凍です。

114 凍

土佐佐賀直出荷組合(高知県・黒潮町)

土佐の色々セット(2種セット)

2種400g以上 870円(税込 940円) 通常税込 972円

水産担当 小室のおすすめ

厳選した塩屋の干物をご自宅で♪ 特



塩屋自慢の2種の干物をお得なセットにしました。朝食にも食にも重宝する組み合わせです。

115 凍

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

塩屋の干物セット(2種)

さんま2枚、あじ2枚

680円(税込 734円) 通常税込 783円

さんま(国内産)、あじ(オランダ)

116 凍

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

塩屋の干物セット(2種)

2切

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

からふとししゃも丸干(おず)

300g 350円(税込 378円)

オスのししゃもは、卵に栄養分が取られないので身がおいしいです。焼いてどうぞ。

からふとししゃも(アイスランド、ノルウェー、カナダ)

117 凍

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

塩屋の干物セット(2種)

2切

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

高橋徳治商店の蒸しきき

120 凍

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

銀だら味噌漬

2切120g 430円(税込 464円)

アメリカ(ラスカ)産の銀だらを仙台味噌をベースにした漬けに24時間漬け込みました。

銀だら(アメリカ)

118 凍

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

高橋徳治商店の蒸しきき

2切

つかさ食品(千葉県・南房総市)

赤魚粕漬

121 凍

東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

銀だら味噌漬

2切120g 430円(税込 464円)

アメリカ(ラスカ)産の銀だらを仙台味噌をベースにした漬けに24時間漬け込みました。

銀だら(アメリカ)

119 凍

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

塩屋の干物セット(2種)

2切

122 凍

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

塩屋の干物セット(2種)

2切

123 凍

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

塩屋の干物セット(2種)

2切

124 凍

ダイマツ(鳥取県・米子市)

氷温造り 赤魚みりん干し

2切140g 498円(税込 538円)

赤魚を甘口のみりん醤油に漬込みました。

アカウオ(アメリカ)

125 凍

つかさ食品(千葉県・南房総市)

赤魚粕漬

岩瀬牧場の お年玉企画!



岩瀬牧場の皆さん

今こそ応援♪

物価高騰で色々な物が値上げされていますが、日頃のご利用に感謝して岩瀬牧場から組合員の皆さんへのお年玉企画!
おいしい岩瀬さんの豚肉で、寒い冬も元気に乗り切ってくださいね♪



177 冷
岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 (賞届いて3日)
徳用 岩瀬さんの豚しゃぶしゃぶセット
200g×3種 1500円(税込1620円) 通常税込1836円

茨城県

豚肉

- ・岩瀬さんの豚:開放豚舎で自家製発酵飼料を使用。飼育期間は約8ヶ月。
- ・ロースポーク:専用飼料に大麦を15%以上配合。飼育期間約6ヶ月。
- ・丹沢高原豚:分別生産流通管理を行ったトウモロコシと大豆粕を使用。飼育期間約6ヶ月。



191 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞届いて4日)
茨城県産ロースポーク モモスライス
250g 528円(税込570円)

赤身主体部位。厚さ3mm。

茨城県



197 冷
丹沢農場(神奈川県・愛川町) (賞120日)
丹沢高原豚 カシラ(ホホ)肉
200g 580円(税込626円)

1頭から約300gしか取れない希少部位です。

神奈川県

鶏肉

- ・つくば鶏:鶏種チャンキー種。飼育期間約50日。抗菌剤、抗生物質不使用。
- ・秋川牧園:鶏種チャンキー、コブ。飼育期間約60日。無投薬肥育。秋川牧園独自配合飼料使用。



208 冷
エスファクトリー千葉(千葉県・船橋市)
つくば鶏 手羽元(バラ凍結)
300g 570円(税込616円)

つくば鶏の手羽元です。唐揚げやステップ煮に。ジッパー付。バラ凍結。

茨城県

常総生協オリジナル商品 塩こうじで豚肉の旨み・ 甘みを底上げ♪



431円/100g
糀和田屋の塩こうじを使ったロースの塩こうじ漬です。

178 冷
岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 (賞14日)
岩瀬さんの豚ロース塩こうじ漬

2枚200g 798円(税込862円) 通常税込896円

豚肉(茨城県)



183 冷
岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 (賞6日)
岩瀬さんの豚モモロカツ用
200g(5~6切) 498円(税込538円)

赤身主体のモモを一口カツ用にカット。旨味がたっぷりなので、そのまま塩焼き等でもおいしいです。

茨城県



184 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞6日)
徳用 岩瀬さんの豚小間切
200g×2 800円(税込864円)

たっぷり使ってうれしい量の小間切用タイプ。野菜と炒めて、カレーやシチューに。

茨城県



185 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞6日)
岩瀬さんの豚小間切
200g 410円(税込443円)

野菜と炒めて、カレーやシチュー等の煮込みにも。すぐ火が通るので、時間がない時でも便利です。

茨城県



186 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞90日)
岩瀬さんの豚挽肉
200g 410円(税込443円)

自家配合飼料を与え、内臓の丈夫な豚を育てています。赤身率8割です。

茨城県



187 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞届いて4日)
茨城県産ロースポーク ヒレブロック
250g 870円(税込940円)

脂のほとんどない部位です。

茨城県



188 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞届いて4日)
茨城県産ロースポーク モモブロック
500g 1030円(税込1112円)

モモ肉を焼き豚、煮物、カツ等に使えるようにブロックでお届け。

茨城県



189 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞届いて3日)
茨城県産ロースポーク モモしゃぶしゃぶ用
250g 554円(税込598円)

赤身主体部位であるモモ肉を薄くスライスしました。厚さ1mm。

茨城県



190 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞届いて4日)
茨城県産ロースポーク バラスライス
250g 551円(税込595円)

厚さ3~3.5mm。

茨城県



191 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞届いて4日)
茨城県産ロースポーク モモスライス
250g 528円(税込570円)

赤身主体部位。厚さ3mm。

茨城県



192 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞届いて4日)
茨城県産ロースポーク 肩ロース切身
2枚200g 475円(税込513円)

赤身の中に適度な脂が入り交じる美味な部位。とんかつやソテー等に。

茨城県



193 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞届いて4日)
茨城県産ロースポーク 徳用小間切
200g×2 610円(税込659円)

小間切用タイプ。

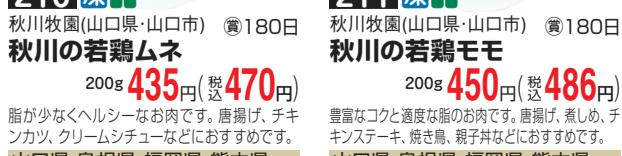
茨城県



194 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞14日)
茨城県産ロースポーク 小間切(タレ付)
250g 550円(税込594円)

ロースポークの小間を桃花林焼肉のタレで味付けしました。野菜と一緒に炒めるだけで一品が完成します。

豚肉(茨城県)



195 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞届いて4日)
茨城県産ロースポーク 小間切
150g×2 460円(税込497円)

飼料内容や肥育方法に明確な基準を設けた茨城県の銘柄豚です。

茨城県



196 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞30日)
茨城県産ロースポーク 挽肉
300g 465円(税込502円)

赤身率は8割です。

茨城県

197 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞120日)
丹沢高原豚 カシラ(ホホ)肉
200g 580円(税込626円)

1頭から約300gしか取れない希少部位です。

神奈川県

198 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞120日)
丹沢高原豚 トントロ焼肉用
200g 598円(税込646円)

1頭から約300gしか取れない希少部位。焼肉、炒め物に。

神奈川県

199 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞6日)
丹沢高原豚 ロース塩こうじ漬
2枚200g 637円(税込688円)

豚ロース肉を、自社製の塩こうじに漬けました。

豚肉(神奈川県)

200 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞6日)
丹沢高原豚 豚こま生姜焼き用(味付)
200g 480円(税込518円)

自社牧場の豚のこま肉を、中津ミート特製の生姜焼きのたれに漬けました。并に。

豚肉(神奈川県)

201 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞4日)
丹沢高原豚 小間切
200g 422円(税込456円)

各部位から集めています。

神奈川県

202 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 (賞30日)
茨城県産 豚レバー
300g 330円(税込356円)

ビタミン、鉄分豊富なレバー。

茨城県 [放] 検不出 <4.1 <4.2

203 冷
エスファクトリー千葉(千葉県・船橋市)
つくば鶏 ムネ
250g 420円(税込454円)

くせのないジューシーな肉質が特徴的なムネ肉。蒸しだり、唐揚げ、煮物に。

茨城県

204 冷
エスファクトリー千葉(千葉県・船橋市)
つくば鶏 モモ
250g 500円(税込540円)

くせのないジューシーな肉質が特徴的なモモ肉。照焼きチキンや唐揚げ、煮物に。

茨城県

205 冷
エスファクトリー千葉(千葉県・船橋市)
つくば鶏 ササミ(バラ凍結)
300g 530円(税込572円)

脂肪が少なく、良質なたんぱく質を多く含むササミ。茹でたり炒めたり。ジッパー付。バラ凍結。

茨城県

206 冷
エスファクトリー千葉(千葉県・船橋市)
つくば鶏 モモ小間切(バラ凍結)
300g 460円(税込497円)

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利な小間切。煮物、炒めものに。ジッパー付。バラ凍結。

茨城県

207 冷
エスファクトリー千葉(千葉県・船橋市)
つくば鶏 ムネ小間切(バラ凍結)
300g 600円(税込648円)

つくば鶏の手羽先です。だしとりをして煮物や鍋にも。ジッパー付。バラ凍結。

パン

原則として国産の粉、天然酵母を使用します。国産では入手が困難な粉については、残飯農業やボストンベイストが不検出又は基準値内の原料を使用します。

イーストフードと合成防腐剤は使用しません。

食パンが届いた後は常温ではなく「冷蔵」または「冷凍」での保管をお願い致します。

自家製酵母パン Le·Lourdes (レ・ルルード)

※天然酵母の発酵力にはばらつきがあるため、パンの膨らみが少ないとあります、食味に影響はありません。

Le·Lourdes(神奈川県・中井町) (賞届いて1~2日)

パン・ド・ミ(食パン) 1斤

249 6枚

285円(税込308円)

250 ノースライス

275円(税込297円)

小麦(国内産)



※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります

塩・原・材
塩・バ・料
シ・酵・母
小麦・粉
(小麦・粉)

小麦(アメリカ、他)



Le·Lourdes(神奈川県・中井町) (賞届いて1~2日)

パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤

251 6枚

450円(税込486円)

252 ノースライス

435円(税込470円)

小麦(国内産)



※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります

Le·Lourdes(神奈川県・中井町) (賞届いて1~2日)

パン・ド・ミ(全粒粉食パン)

1斤 315円(税込340円)

小麦粉の香りと甘さを最大限に引き出す配合で、ノンオイル・ノンシュガーでもいただける食パン。

小麦(国内産)



Le·Lourdes(神奈川県・中井町) (賞届いて1~2日)

フルーツナッツ食パン

1斤 645円(税込697円)

ドライフルーツ、ナッツをふんだんに混ぜ込んだ食べ応えたっぷりのパン。

小麦(国内産)

254 6枚

小

255 6枚

小

Le·Lourdes(神奈川県・中井町) (賞届いて1~2日)

パンズ

3個 320円(税込346円)

天然酵母は小麦からおこした自家製のものを使用。スライスしてお好みの食材を挟んでどうぞ。

小麦(国内産) [放] 不検出 <3.5 <3.9

256 冷凍

小

丹沢農場(神奈川県・愛川町) (賞届いて1~2日)

丹沢農場のハンバーグ(ミニ)

180g(30g×6) 398円(税込430円)

牛豚の割合3対7の合挽肉使用。お弁当にぴったりです。

豚肉(国内産)

257 冷凍

米・小

いばらきベーグル(茨城県・常総市)

定番ベーグル Cセット

2個 423円(税込457円)

小麦(北海道)、玄米粉・蜂蜜(茨城県)

258 冷凍

米・小

いばらきベーグル(茨城県・常総市)

全粒粉ベーグル 2個組

2個 425円(税込459円)

素材本来の旨味を引き出した全粒粉生地のベーグルです。

小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)

259 冷凍

米・小

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

ミヤンマー産

ひまわりはちみつ

6個 1個あたり 151円

個包装

わ

270 冷凍

乳・大小

ワールド(石川県・金沢市)

スティックカレーパン

地元で愛されるパン屋

クーロンヌ



263

小

クーロンヌジャパン(茨城県・取手市)

半斤3枚

180円(税込194円)

260 1斤6枚

340円(税込367円)

261 1斤8枚

340円(税込367円)

262 1斤(ノースライス)

335円(税込362円)

小麦(アメリカ、他)

264

卵・乳・小

クーロンヌジャパン(茨城県・取手市)

2個(約60g) 150円(税込162円)

265

乳・小

クーロンヌジャパン(茨城県・取手市)

2個(約100g) 250円(税込270円)

266

卵・乳・小

クーロンヌジャパン(茨城県・取手市)

2個(約45g) 348円(税込376円)

267

小

ハッコーエンターテイメント(千葉県・千葉市)

ブリュッセルワッフル

約65g×6 787円(税込850円)

軽やかでサクッとした食感とバター本来の香りを引き立たせたワッフル。お食事からデザートまで多用途に。

小麦(アメリカ、他)

268

小

ハッコーエンターテイメント(千葉県・千葉市)

国産全粒粉ブチパン

約40g×5 490円(税込529円)

自家製天然酵母種を配合しているため、小麦本来の甘味が感じられる風味豊かなパンです。

小麦(北海道)

269

小

大進食品(神奈川県・横浜市)

マンモチモチ手のぱしナン

210g(3枚入り) 365円(税込394円)

手のひじで焼き上げたもっちり食感。自然解凍(約30分)後、軽くオーブントースターで焼いて。

小麦(北海道)

ご案内中
お得な福袋を
表紙にて

地元のお店 いばらきベーグル

定番(プレーン・はちみつ全粒くるみレーズン)のベーグル2種セドです。

257 冷凍

米・小

いばらきベーグル(茨城県・常総市)

定番ベーグル Cセット

2個 423円(税込457円)

小麦(北海道)、玄米粉・蜂蜜(茨城県)

258 冷凍

米・小

いばらきベーグル(茨城県・常総市)

全粒粉ベーグル 2個組

2個 425円(税込459円)

素材本来の旨味を引き出した全粒粉生地のベーグルです。

小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)

259 冷凍

米・小

創健社(神奈川県・横浜市)

玄米パン

273 あん入り

3個 510円(税込551円)

小麦(国内産)

274 あんなし

3個 498円(税込538円)

小麦(国内産)

常温保存可能 買い置きに便利♪

ミヤンマーのひまわり畑のはちみつです。くせのくすないさわやかな風味のはちみつです。

わ

275 卵・乳・米・大小

バネックス(長野県・伊那市)

KOUBO アップルパイ

6個(個包装) 840円(税込907円)

小麦(国内産)・りんご(長野県)

6個 1個あたり 151円

個包装

わ

276 卵・乳・米・大小

オリオンベーカリー(岩手県・花巻市)

発芽玄米入りクロワッサン

10個(個包装) 840円(税込907円)

日配担当 伊藤のおすすめ

1月17日は「おむすびの日」

阪神・淡路大震災が起
こった1995年1月17日。
被災した人々は、ボラ
ンティアによる炊き出
しのおむすびにとても
励まされたといいます。
米の重要性とボラ
ンティアの善意を忘
ないように制定されま
した。炊き込みご飯を
おむすびにして。

285 冷 米大小

遠忠食品(埼玉県・越谷市)

国産きのこごはんの素

170g (2合用) 435円(税込 470円)

舞茸・えのき茸・他きのこ類(埼玉県)



賞90日

2合用

「旬の味」 シーズン最終です!



グリンリーフ(群馬県・昭和村) 賞31日

有機新芋 冷

286 丸こん

280g 258円(税込 279円)

通常税込 289円

287 こんにゃく

350g 258円(税込 279円)

通常税込 289円

288 糸こん

280g 258円(税込 279円)

通常税込 289円

こんにゃく芋(群馬県)



新芋 こんにゃく

特

契約栽培(群馬県・昭和村)

新芋 こんにゃく

特

新芋 こんにゃく

包丁いらず&下処理済み JOSOのミールキット



タケノコと豚肉の
ハーモニー

2人前
食塩相当量: 3.1g
調理時間: 準備品
約6分 油



シャキシャキ野菜が
たっぷり

2人前
食塩相当量: 2.1g
調理時間: 準備品
約10分 油



新鮮野菜と
風味のよいバター醤油

2人前
食塩相当量: 1.87g
調理時間: 準備品
約8分 油



野菜の甘みがしっかり
感じられる一品

2~3人前
食塩相当量: 2.9g
調理時間: 準備品
約15分 朝...2個、マヨネーズ...小さじ1杯
(約4g)、ごま油... 大さじ2杯

ミールキット担当 石濱のおすすめ



生姜風味の
つくねが食欲をそそり
ます。

2~3人前
食塩相当量: 8.1g
調理時間: 準備品
約15分 水

セット内容: 鶏つみれ、干しあみ、大根おろし、ミックス野菜(白菜、ブロッコリーのき、にら、人参、長ねぎ)、ガーリックソース、欧風だし

オキアミの出汁が効いたスープに生姜風味の鶏つみれを合わせたみぞれ鍋。野菜は全て国産。

321 冷 卵 米 大 小
グリンリーフ(群馬県・昭和村) (賞届いて1~2日)
国産野菜の青椒肉絲
2人前 (約320g) 940円 (税込 1015円)
国産野菜、調味肉が一つになったセットです。フライパンひとつで簡単に青椒肉絲が出来上がりります。
玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

322 冷 卵 米 大 小
やまと農業協同組合(茨城県・石岡市) (賞届いて1~2日)
小松菜とたっぷりねぎの和風炒め
2人前 (約630g) 832円 (税込 899円)
醤油ベースの美味しいと豚肉の甘み、ねぎの香りを楽しめます。
小松菜(国内産)

323 冷 卵 乳 米 大 小
グリンリーフ(群馬県・昭和村) (賞届いて1~2日)
ほうれん草としめじのバター醤油パスタ
2人前 (約370g) 980円 (税込 1058円)
ほうれん草ときのこの旨みを、もっちりした麺に絡ませて食べる、バター醤油味のパスタです。
ほうれん草(群馬県)、しめじ(国内産)

324 冷 卵
グリンリーフ(群馬県・昭和村) (賞届いて1~2日)
彩とりどり野菜のガーリック炒め
2~3人前 (約370g) 870円 (税込 940円)
5種の野菜を使った炒め物です。野菜は全て国産。赤、黄色、緑の野菜で見た目も華やかです。
かぼちゃ(国内産)



毎日の献立にお悩みの方必見!
調味料のよう
に使用できます!

漬物



326 冷 卵 米 大 小
趙さんの味(宮城県・仙台市)
趙さんの味 熟成白菜キムチ
200g 475円 (税込 513円)
白菜(国内産)、唐辛子(中国)



327 冷 卵 米
趙さんの味(宮城県・仙台市)
趙さんの味 水キムチ
300g 556円 (税込 600円)
白菜(国内産)



1年じっくり熟成させた鮭の魚卵を使い、こってりとコクのある旨味を引き出した本格キムチです。刻み漬み。

汁ごと食べる辛くないキムチ、具よりも汁がメイン。発酵が進みますので、お好みの酸味でどうぞ。

イメージ



328 冷 田
やまだ(和歌山県・御坊市) (賞届いて120日)
めはり高菜漬ほんまもん
150g 500円 (税込 540円)
契約栽培した国産高菜を一株づつ丁寧に並べて、塩とウコンだけで漬け込みました。
高菜(国内産)



329 冷
やまだ(和歌山県・御坊市) (賞届いて90日)
茄子のしづき漬ほんまもん
100g 500円 (税込 540円)
生の茄子と京都大原産の赤紫蘇を食塩のみで漬け込み、自然熟成させたお漬物です。コマ、生姜を加えても。
茄子(国内産)



330 冷 卵 米 大
やまだ(和歌山県・御坊市) (賞届いて120日)
紀州金山寺漬贊沢三昧
80g 500円 (税込 540円)
歯切れの良いべっこう色の奈良漬を、金山寺味噌でさらに熟成させました。ご飯のお供やおつまみにも。
瓜(国内産)



331 冷 卵 米 大
やまだ(和歌山県・御坊市) (賞届いて120日)
紀州金山寺漬黄金色の生姜入り
80g 500円 (税込 540円)
金山寺味噌と一緒に漬け替えた生姜と瓜の奈良漬をあわせました。じっくり熟成させたおかず味噌です。
瓜(国内産)



332 冷 卵 米 大 小
士別農園(北海道・士別市) (賞届いて180日)
士別農園の三升漬
200g 510円 (税込 551円)
農薬不使用の青唐辛子、農園で作った米麹、醤油を同量ずつ漬けこんだもの。あっさりと酸味が楽しめます。
青唐辛子(北海道)



333 冷 卵 米 大 小
士別農園(北海道・士別市)
士別農園 三升八漬の素
400g 475円 (税込 513円)
自家製米麹を使用した硬め(パラパラタイプ)の漬物です。野菜や肉、魚に適量まぶして漬物代わりに。
米(北海道)

冷凍食品

原材料の素性がわかる、
何より「家庭での手作り」
に近いものが基本です



334 冷 大 小
大進食品(神奈川県・横浜市)
マムの一口餃子(にんにく抜き)
500g(50個入) 798円 (税込 862円)
国産の豚肉・野菜を使い、にんにく不使用。フライパンに油をひいて蓋をして焼くだけです。(水は不要)
キャベツ・豚肉(国内産)



335 冷 卵 大 小
ニッコー(神奈川県・大和市)
徳用北京餃子
15個 445円 (税込 481円)
通常税込 497円
普通の餃子より野菜(特ににら)を多く入れました。皮は国産小麦粉使用。焼いて。
豚肉(国内産)



336 冷 卵 米 大 小
ニッコー(神奈川県・大和市)
たけのこシュウマイ(しいたけ入り)
150g 380円 (税込 410円)
国産筍の食感が楽しい。しっかりとした下味と椎茸の旨味があるで何もかけなくても。蒸し器かレンジで。
豚肉(国内産)



337 冷 卵 大 小
ニッコー(神奈川県・大和市)
点心えびしゅうまい
7個 438円 (税込 473円)
通常税込 489円
国産小麦粉で作った皮の中に、プリプリとしたえびがたっぷり入ったしゅうまいです。蒸すかレンジで温めて。



338 冷 卵 米 大 小
ニッコー(神奈川県・大和市)
肉しゅうまい
16g×15 445円 (税込 481円)
通常税込 497円
豚肉(国内産)



15個 特
大進食品(神奈川県・横浜市)
マム おいしい肉海老シューマイ
6個210g 543円 (税込 586円)
豚肉がいっぱい詰まった肉シューマイに豪華にエビを入しました。レンジか蒸して。
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.9 <3.4



15個 特
大進食品(神奈川県・横浜市)
バリッと本格春巻(国産さくらげ入り)
5本200g 558円 (税込 603円)
さくらげなど国内産原料にこだわった中華餡に手作りの皮で巻き方を工夫しました。多めの油で焼いて。
さくらげ・豚肉・小麦(国内産) [放] 不検出 <3.4 <3.9



10本500g 718円 (税込 775円)
通常税込 797円
キヤベツ、玉ねぎ、にんじん、竹の子、にら等の国産野菜をたくさん使用したヘルシーな春巻。揚げて。
キヤベツ・玉葱・小麦(国内産)



341 冷 大 小
大進食品(神奈川県・横浜市)
マム 国産野菜の春巻
10本500g 718円 (税込 775円)
通常税込 797円
キヤベツ、玉ねぎ、にんじん、竹の子、にら等の国産野菜をたくさん使用したヘルシーな春巻。揚げて。
キヤベツ・玉葱・小麦(国内産)



343 冷 卵 米 大 小
秋川牧園(山口県・山口市)
焼き鳥もも串セット
150g(5本) 685円 (税込 740円)
通常税込 767円
鶏肉(山口県、他)



15個 特
秋川牧園(山口県・山口市)
焼き鳥もも串セット
150g(5本) 685円 (税込 740円)
通常税込 767円
鶏肉(山口県、他)



150g 410円 (税込 443円)
通常税込 459円
細長くカットしたささみをのり塩風味にしたチキンカツ。お弁当におつまみに。レンジ、トースターで。



150g 410円 (税込 443円)
通常税込 459円
細長くカットしたささみをのり塩風味にしたチキンカツ。お弁当におつまみに。レンジ、トースターで。



344 冷 卵 小
秋川牧園(山口県・山口市)
チキンカツのり塩
150g 410円 (税込 443円)
通常税込 459円
鶏肉(国内産)



345 冷 卵 米 大 小
秋川牧園(山口県・山口市)
鶏の焼きつくね
180g 430円 (税込 464円)
通常税込 474円
香ばしく焼いた大きめのつくねに、濃口醤油タレをからめました。お弁当やおかず。湯煎かレンジで温めて。
鶏肉(山口県、他)



150g 730円 (税込 788円)
通常税込 801円
レバー入り(約13%)ミートボール。ソースで絡めたり、カレーやシチューにも。トースター、レンジで温めて。
鶏肉(山口県、他)



150g 615円 (税込 664円)
通常税込 681円
若鶏羽元を九州産すずな屋と国産大豆醤油を使った特製タレに漬け焼きました。レンジかトースターで。



150g 615円 (税込 664円)
通常税込 681円
若鶏羽元を九州産すずな屋と国産大豆醤油を使った特製タレに漬け焼きました。レンジかトースターで。



346 冷 卵 米 大 小
秋川牧園(山口県・山口市)
レバー入りミートボール
400g 730円 (税込 788円)
通常税込 801円
若鶏羽元を九州産すずな屋と国産大豆醤油を使った特製タレに漬け焼きました。レンジかトースターで。



347 冷 卵 米 大 小
秋川牧園(山口県・山口市)
手羽元ゆずこしょう焼き
250g 615円 (税込 664円)
通常税込 681円
若鶏羽元を九州産すずな屋と国産大豆醤油を使った特製タレに漬け焼きました。レンジかトースターで。

348 冷 卵 米 大
高橋徳治商店(宮城県・東松島市) (賞届いて180日)
三陸おでん種セット
5種10品 317g 730円 (税込 788円)
通常税込 810円
宮城県産のいわし、さんま、サメ、岩魚県産のわかめ、豆腐など東北の食材にこだわって作りました。
すけそうだら(北海道)



349 冷 卵 米
高橋徳治商店(宮城県・東松島市) (賞届いて180日)
つまみ揚げ(野菜)
100g 310円 (税込 335円)
通常税込 350円
国内産(北海道)すけそうだら身と豆腐に国産のフレッシュな玉ねぎを練り合せたつまみ揚げ。レンジか自然解凍で。
すけそうだら(北海道)

350 冷 卵 米 大
高橋徳治商店(宮城県・東松島市) (賞届いて180日)
五ねぎ揚げ
150g(5本) 558円 (税込 603円)
通常税込 623円
国内産の男爵芋をたっぷりと使用しています。バターの風味がよく合った春巻です。フライパンで焼いて。

冷食担当 大山のおすすめ

魚介の旨みある
醤油あんかけ♪

お野菜たっぷりで食べ応えがあります。とろみのあるスープなので最初から最後までアツアツのまま楽しめます♪



353凍米大小

ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)

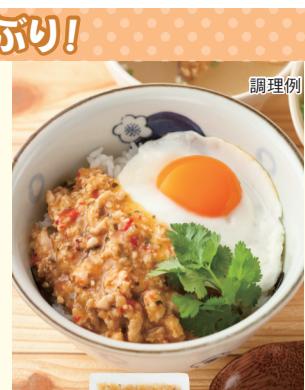
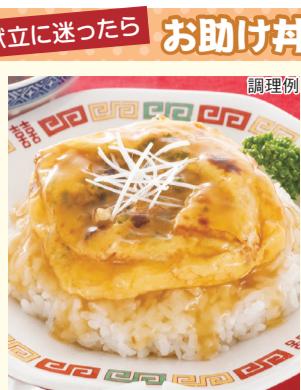
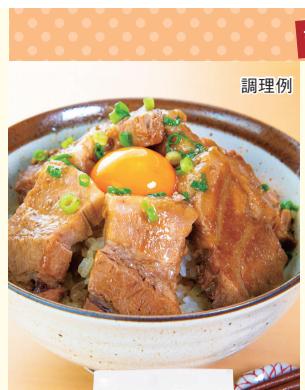
細打ち野菜あんかけうどん

596g (2食) 495円(税込 535円) 通常税込 556円

小麦粉(国内産)

細めの麺に具(キャベツ・椎茸・きざみ揚げ・ほうれん草・人参・葱)をトッピング。鍋で。加工澱粉: 全体の約6%

献立に迷ったら お助け丼ぶり!



全品特価

調理例

354凍米大小
ミート・コンパニオン(福島県・福島市)
豚バラ肉で作った味わい角煮
170g 708円(税込 765円) 通常税込 786円
宮城県の友好生協の指定原材料で作った角煮。しっかりと仕上げました。ほのかな甘さが美味しい。湯煎で。加工澱粉約2.4%
豚肉(国内産)

355凍卵乳米大小
鳥幸商店(千葉県・茂原市)
天津丼の具
300g×2 528円(税込 570円) 通常税込 592円
卵と蟹、筍、椎茸、葱を混ぜ、ふんわりと仕上げました。ほのかな甘さが美味しい。湯煎で。加工澱粉約2.4%
卵(国内産)

356凍米大
カラミノフーズ(東京都・新宿区)
アジア薫るガパオ丼(鶏肉のバジル炒め)
100g×2 480円(税込 518円) 通常税込 540円
赤唐辛子の辛さが刺激的な、タイの定番料理。甘辛く炒めた鶏肉とバジルの香りが食欲をそそります。湯煎して。鶏肉(国内産)

357凍え大小
姫生水産(香川県・観音寺市)
レンジでえび天ぷら(国産小麦使用)
125g 528円(税込 570円) 通常税込 (5尾) 590円
国内産の小麦粉とでん粉を使用した天ぷら粉で製造しました。レンジかトースターで。加工澱粉: 全体の2.5%
小麦(国内産)、えび(ベトナム・インドネシア)



358凍卵米大小
ニッキー(神奈川県・大和市)
ふんわり豆腐ハンバーグ
90g×3 474円(税込 512円) 通常税込 528円

消泡剤を使用せず、国産大豆に天然にかりを加えた豆腐に、産直鶏肉を加えました。レンジかフライパンで。大豆・鶏肉(国内産)



359凍卵米大小
ニッキー(神奈川県・大和市)
ごぼうとひじきの豆腐団子
8個144g 395円(税込 427円)

鶏肉と豆腐に、ごぼう、ひじき、ごまがたっぷり入った団子です。おつまみにも。電子レンジで温めて。ごぼう(国内産)



360凍乳米大小
大進食品(神奈川県・横浜市)
マム 国産つぶつぶ枝豆deコロッケ
200g(5個) 420円(税込 454円)

国産の枝豆がたっぷり入った食感も見た目も楽しめるコロッケ。枝豆36%(仕込時)配合。凍ったまま揚げて。枝豆(国内産)



361凍米大小
ニッキー(神奈川県・大和市)
れんこんのはさみ揚げ
120g(4個入) 398円(税込 430円) 通常税込 450円

熊本県産の蓮根を使用したはさみ揚げです。お弁当やおかずの1品に。レンジかオーブンで温めて。れんこん(熊本県)



362凍卵米大小
秋川牧園(山口県・山口市)
からあげ
150g 480円(税込 518円)

開放飼育で植物性主体の飼料育ちの若鶏胸肉を醤油ベースの調味液に漬け揚げました。トースター、レンジで。鶏肉(山口県・他)



363凍米大小
ニッキー(神奈川県・大和市)
お弁当用ソースメンチカツ
20g×6 328円(税込 354円) 通常税込 380円

具材の鶏肉、豚肉、キャベツ、玉ねぎは全て国産。油調済み。レンジ加熱または自然解凍で。鶏肉・豚肉(国内産)



364凍米小
ニッキー(神奈川県・大和市)
ブチカレーコロッケ
20g×6 295円(税込 319円)

素材のじゃがいもを活かしたシンプルで飽きのこない味。お弁当に便利。レンジかトースターで。じゃがいも(国内産)



365凍卵米
ニッキー(神奈川県・大和市)
ハッシュドブラウンポテト
180g 468円(税込 505円) 通常税込 518円

北海道産馬鈴薯を使用し、タマネギと米粉で作りました。馬鈴薯をシュレッドして芋の食感を残しています。トースターで。じゃがいも(国内産)



366凍卵小
マストミ(徳島県・徳島市)
徳用ひとくちマグロカツ
300g 980円(税込 1058円)

マグロを調味液にじっくりと漬け込んで、冷めても柔らかいカツに仕上げました。レンジかトースターで。ピンチョウマグロ(太平洋)



367凍卵米大小
マストミ(徳島県・徳島市)
徳用まぐろ団子甘酢ソース
560g(4個×4) 880円(税込 950円)

養殖豊富なまぐろを団子にし、自家製ソースをからました。ソースは栽培まで吟味したこだわり素材使用。湯煎して。まぐろ(太平洋)



368凍米大小
ニッキー(神奈川県・大和市)
有機パスタのナポリタン
400g(2食入) 560円(税込 605円)

有機デュラム小麦のセモリナの麺、国産玉葱と人参を使用。ソーセージは発色剤不使用。袋ごと湯煎かレンジで。小麦(イタリア)



369凍卵乳米大小
西川食品(和歌山県・紀の川市)
オムライス
180g×2 595円(税込 643円)

国産米と鶏肉・野菜を使用したチキンライスを牛乳を加えた玉子で包みました。レンジで温めて。加工澱粉: 1% 鶏卵・米(国内産)



370凍乳小
大進食品(神奈川県・横浜市)
オーガニックベンネのサーモングラタン
170g×2 748円(税込 808円)

オーガニックベンネマカロニと自家製ホワイトソースに鶏とチーズが相性抜群。レンジで温めて。牛乳(国内産) 【放】不検出 <3.2 <3.6



371凍米大小
ニッキー(大阪府・大阪市)
もぐもぐ焼おにぎり
400g(5個入) 505円(税込 545円)

ネオニコチノイド系農薬不使用の産直米やこだわりのなたね油や醤油で作った焼おにぎり。レンジで。米(国内産)



372凍米大小
ニッキー(大阪府・大阪市)
ライスバーガー 国産牛焼肉
5個600g 1043円(税込 1126円)

醤油で焼いたライスプレートに特製焼肉たれで仕上げた国産牛と玉葱をサンド。レンジで。加工澱粉: 0.5%以下 米・牛肉(国内産)



373凍米大小
カラミノフーズ(東京都・新宿区)
韓国風太巻 牛肉入ナムルキンパ
300g 750円(税込 810円)

酢飯ではなく、食塩とごまをまとめてご飯に、ナムル等の具材を巻いた韓国風海苔巻き。レンジで解凍して。



374凍米大小
カラミノフーズ(東京都・新宿区)
ユッケジャンクッパ
180g×2 530円(税込 572円)

さまざまな素材の持つ旨が複雑に絡み合う濃厚な味のスープ。ご飯にかけ韓国風お茶漬に。レンジか湯煎で。大豆もやし・牛肉(国内産)



375凍え米大小
ニッキー(大阪府・大阪市)
具たっぷりけんちんうどん
2食610g 690円(税込 745円) 通常税込 772円

小麦(国内産)



376凍米小
ニッキー(神奈川県・大和市)
野菜かき揚げ
4個260g 503円(税込 543円)

国産野菜、国産小麦粉のみを使用し、非遗伝子組み換えの菜種油で揚げました。レンジで加熱後トースターで。玉ねぎ・ごぼう・人参・いんげん(国内産)



377凍米
創健社(神奈川県・横浜市)
生冷凍 長野県産石臼挽十割そば
130g×2 618円(税込 667円) 通常税込 685円

そば(長野県)



378凍米小
シマダヤ(東京都・渋谷区)
冷凍 稲庭風うどん
200g×5食 486円(税込 525円)

国産小麦粉を使用、つるつるとした喉ごしの良さと強いコシのうどん。鍋かレンジで。加工澱粉: 約7.3% 小麦(国内産)



冬土用の入りは1/17
無病息災を願って
土用餅をどうぞ
特



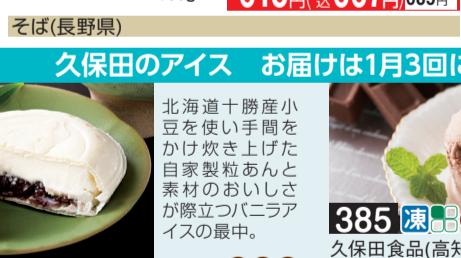
380凍米大
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)
芽吹き屋 黒豆塩大福
4個220g 498円(税込 538円)

岩手産平黒大豆を国産もち米の生地に粒のまま練り込み、すつきりした甘さの粒餡を包みました。自然解凍で。黒豆(岩手県)



381凍米大小
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)
芽吹き屋 ごまとろり
8個144g 440円(税込 475円)

とろりとした黒ごまあんを、国産上新粉を使用した生地で一口サイズに包みました。上新粉(国内産)



384凍米
久保田食品(高知県・南国市)
夢中熱中 バニラとあずきの最中
110ml 140円(税込 151円)

生乳・小豆(北海道)



385凍卵乳大
久保田食品(高知県・南国市)
チョコレートアイスクリーム
110ml 260円(税込 281円)

ベルギー産クーベルチュールチョコレートをふんだんに使用し、濃厚なおいしさに仕上げたアイスクリーム。生乳(国内産)・カカオ(エクアドル他)



4個
379凍米
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)
芽吹き屋 土用餅(あんこ餅)
4個 480円(税込 518円) 通常税込 538円

コシの強さと滑らかさが特徴の岩手県産ヒメノモチを使用した餅をごさんで。自然解凍して。小豆(国内産)



382凍卵乳小
ニッキー(神奈川県・大和市)
ミニたい焼き(カスタード)
10個350g 484円(税込 523円)

クリームは牛乳と卵を使用したコクのあるカスタード(グリセリンや乳化剤・着色料不使用)。レンジで温めて。小麦(国内産)



383凍乳
日本生活協同組合連合会
フローズンヨーグルト
105ml×6 778円(税込 840円)

乳酸菌が生きています。サクッとした口当たりとさっぱりした後味。牛乳を60%使用。牛乳(国内産)



386凍乳
久保田食品(高知県・南国市)
おっぱいアイスマルク
80ml 130円(税込 140円)

牛乳の素朴なおいしさをベースに、ビニラビーンズのほのかな甘い香りを付加したナチュラルな味わいのアイス。生乳(北海道

はなうた家の贈り物♪

全品特価

谷口さん夫妻

自社農園で、減農薬・無肥料で育てたシナノスイートを果肉の食感を残してすりおろしジュースにしました。

389 はなうた家の(長野県・麻績村) はなうた家のすりおろしりんごジュース 1L 1498円(税込1618円) 通常税込1650円 りんご(長野県)

390 はなうた家の(長野県・麻績村) はなうた家のストレートりんごジュース 1L 1298円(税込1402円) 通常税込1458円 りんご(長野県)

ALC:12% 酸化防止剤無添加

林農園

長野県 塩尻市

地域性を活かしたワイン造りを心掛けながら、桔梗ヶ原の自家ぶどう園で自家栽培(一部契約栽培)したぶどうを無添加で仕込んでいます。

391 お酒 林農園(長野県・塩尻市) 五一 完熟コンコード赤 720ml 1500円(税込1650円) 通常税込1760円 ぶどう(国内産)

392 お酒 林農園(長野県・塩尻市) 五一 完熟ナイアガラ白 720ml 1500円(税込1650円) 通常税込1760円 ぶどう(国内産)

菓子担当 真紀子のおすすめ

そのままでもアレンジも楽しめる♪

甘じよっぱさと香ばしさが魅力のミレービスケットト。8ページ 244クーリームチーズや、9ページ 672完熟杏ジャム、277無茶々園甘夏と伊予柑のマーマレードと合せてさらにおいしく♪

393 梅 小 植物油でカラッと揚げました。サンコー(愛知県・豊橋市) ミレービスケット 165g 250円(税込270円) 通常税込292円 小麦(国内産) [放] 不検出 <0.8 <0.8

394 大 小 おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) きらす揚げ・しお4連 20g×4 270円(税込292円) 小麦(国内産) [放] 不検出 <4.1 <4.3

395 大 小 おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) きらす揚げ・黒砂糖4連 20g×4 270円(税込292円) 小麦(国内産) [放] 不検出 <4.2 <3.3

396 米 大 小 アリモト(兵庫県・加西市) 召しませ日本・島醤油せんべい 80g 330円(税込356円) 国産のうるち米を使用した焼き醤油味の煎餅です。米(国内産)

397 米 75g 330円(税込356円) 国産のうるち米を使用した焼き塩味の煎餅です。米(国内産)

398 米 大 アリモト(兵庫県・加西市) 召しませ日本・ひとくち海老せんべい 70g 330円(税込356円) 味付けは素朴なあっさりサラダ味、食べやすい一口サイズのお煎餅に仕上げました。米(国内産)

399 梅 小 サンコー(愛知県・豊橋市) まるごと小魚 4g×5連 225円(税込243円) 片口いわし(国内産) [放] 不検出 <0.9 <0.9

400 卵 乳 米 小 サンコー(愛知県・豊橋市) カルシウムウエハース300 12枚 230円(税込248円) 現代人に不足しがちなカルシウムが、1枚に標準300mg含まれています。小麦(国内産) [放] 不検出 <0.9 <0.9

401 米 サンコー(愛知県・豊橋市) ポテトチップスしお味 60g 198円(税込214円) 国内産のじゃがいもを植物油でパリッとフライし、さっぱりと塩で味つけしました。じゃがいも(国内産)

402 米 サンコー(愛知県・豊橋市) 芋けんぴ 90g 220円(税込238円) 鹿児島県特産のさつまいもを細長くカットし、植物油でカリッとフライにしました。さつまいも(鹿児島県) [放] 不検出 <4.1 <3.7

403 大 米 創健社(神奈川県・横浜市) きなこねじり菓子 8本 370円(税込400円) 大豆を焙煎したさな粉に、水飴と粗糖をじっくり練り込んだ、素朴で優しい味わい。大豆(国内産)

404 大 米 小 サンコー(愛知県・豊橋市) そば粉のかりんとう 80g 230円(税込248円) 国産の小麦粉、そば粉を使用。そば粉の風味を感じられる、ボリボリッと食感の良いかりんとうです。小麦・そば(国内産) [放] 不検出 <0.9 <0.8

410 梅 サンコー(愛知県・豊橋市) 米粉クッキー 6本 266円(税込287円) 通常税込298円 国産うるち米由来の米粉を主原料の生地に有機オートミールを加え、スティック状に焼き上げました。米粉(国内産) [放] 不検出 <0.8 <0.8

411 冷 卵 米 大 小 おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) おとうふ屋さんのSOYドーナツ 4個 310円(税込335円) 通常税込356円 国産大豆100%の豆乳とおからを練り込み、卵の風味豊かなふんわり口溶けのドーナツです。小麦・大豆(国内産)

412 1個 1個(58g) 135円(税込146円) 通常税込157円 小豆(北海道) [放] 不検出 <0.8 <0.8

413 1ケース 10個(1個58g) 1200円(税込1296円) 通常税込1404円 10個 1個あたり税込130円 小豆(北海道) [放] 不検出 <0.8 <0.8

414 大 サンコー(愛知県・豊橋市) 寒天コーヒーゼリー 135g(個包装) 238円(税込257円) 通常税込281円 有機インスタントコーヒーの上品な旨みと苦味を、寒天でぎゅっとじこめたゼリーです。コーヒー(コロンビア) [放] 不検出 <0.8 <0.8

415 梅 かわばた園(静岡県・静岡市) 煎茶 50g 588円(税込635円) 上煎茶収穫以降、刈り取ったお茶です。多少渋みは伴いますが、すっきりとした味わいが特徴。農葉無散布。茶葉(静岡県)

416 梅 かわばた園(静岡県・静岡市) ほうじ茶 50g 460円(税込497円) 茶(静岡県)

417 大 ランカスター(千葉県・千葉市) キャラメルティー(ティーバッグ) 2g×20 550円(税込594円) キャラメルのような甘い香りの紅茶。あさり系のお菓子と一緒にどうぞ。農葉無散布。紅茶・香料(スリランカ)

418 大 伊那食品(長野県・伊那市) 麺靼そば茶 200g 750円(税込810円) ルチンを多く含む麺靼そばの実を焙煎した香ばしいお茶。麺靼そば(中国)

419 冷 梅 寺田本家(千葉県・神崎町) 寺田本家のマイグレルト 160g 369円(税込399円) 通常税込408円 米(千葉県) [放] 不検出 <3.9 <4.0

420 大 マルサンアイ(愛知県・岡崎市) 国産大豆の調整豆乳 200ml 120円(税込130円) 通常税込140円 大豆(国内産)

421 大 マルサンアイ(愛知県・岡崎市) 国産大豆の無調整豆乳 1000ml 340円(税込367円) 通常税込389円 大豆(国内産)

422 大 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 梅ハニー 500ml 708円(税込765円) 通常税込794円 梅(奈良県・和歌山県・三重県)

423 冷 ゴールドパック(長野県・松本市) 北海道にんじんと国産くだもの1ケース 160g×20本 2961円(税込3198円) 通常税込3348円 「バラの香りのにんじん」といわれる北海道産アロマレッドと、国産果実だけをブレンドしました。にんじん(北海道)

飲料

緑茶:無農薬です。
・ジュース類:果汁100%のストレートジュースを中心に扱います。
※未成年者の飲酒は法律で禁止されています

415 梅 かわばた園(静岡県・静岡市) 煎茶 50g 588円(税込635円) 上煎茶収穫以降、刈り取ったお茶です。多少渋みは伴いますが、すっきりとした味わいが特徴。農葉無散布。茶葉(静岡県)

416 梅 かわばた園(静岡県・静岡市) ほうじ茶 50g 460円(税込497円) 茶(静岡県)

417 大 ランカスター(千葉県・千葉市) キャラメルティー(ティーバッグ) 2g×20 550円(税込594円) キャラメルのような甘い香りの紅茶。あさり系のお菓子と一緒にどうぞ。農葉無散布。紅茶・香料(スリランカ)

418 大 伊那食品(長野県・伊那市) 麺靼そば茶 200g 750円(税込810円) ルチンを多く含む麺靼そばの実を焙煎した香ばしいお茶。麺靼そば(中国)

米と水だけで発酵させた、乳酸菌をたくさん含む発酵飲料です。

419 冷 梅 寺田本家(千葉県・神崎町) 寺田本家のマイグレルト 160g 369円(税込399円) 通常税込408円 米(千葉県) [放] 不検出 <3.9 <4.0

420 大 マルサンアイ(愛知県・岡崎市) 国産大豆の調整豆乳 200ml 120円(税込130円) 通常税込140円 大豆(国内産)

421 大 マルサンアイ(愛知県・岡崎市) 国産大豆の無調整豆乳 1000ml 340円(税込367円) 通常税込389円 大豆(国内産)

422 大 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 梅ハニー 500ml 708円(税込765円) 通常税込794円 梅(奈良県・和歌山県・三重県)

423 冷 ゴールドパック(長野県・松本市) 北海道にんじんと国産くだもの1ケース 160g×20本 2961円(税込3198円) 通常税込3348円 「バラの香りのにんじん」といわれる北海道産アロマレッドと、国産果実だけをブレンドしました。にんじん(北海道)



前

759

岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町)

龍泉洞の水 2L

2L×6 1500円(税込 1620円)

岩手県・龍泉洞に湧き上るミネラルたっぷりの水。自然の味をそのままに。

水(岩手県) [放] 不検出 <0.5 <0.5



424

長野興農(長野県・長野市)

秋映りんごジュース

160g × 30 4800円(税込 5184円)

長野県産の秋映を搾った、100%ストレートジュースです。

りんご(長野県)



425

長野興農(長野県・長野市)

信州りんごジュース 王林

160g × 30 4800円(税込 5184円)

長野県産の王林のみを使用した果汁100%のストレートジュースです。

りんご(長野県)



ALC:15%

有機米を全量使用した、中口の純米吟醸酒。

すっきりと瑞々しいジューシーな味わいです。

お酒

426

仁井田本家(福島県・郡山市)

おだやか 純米吟醸

720ml 2134円(税込 2347円)

米(福島県) [放] 不検出 <3.9 <3.6



ALC:16.5%

自然米の旨み、甘みを最大限に引き出した濃醇甘口の純米原酒です。

お酒

427

仁井田本家(福島県・郡山市)

にいだしづんしゅ 純米原酒

720ml 1876円(税込 2064円)

米(福島県)



ALC:16%

昔ながらの生も

と仕込みによる

しあわせした酸

と自然米の持つ

上質な米の旨

味のある純米

吟醸酒です。

お酒

428

仁井田本家(福島県・郡山市)

にいだしづんしゅ 純米吟醸

720ml 2143円(税込 2357円)

米(福島県)



CO-OP商品

食品調味料

・常総生協がおすすめする調味料の基本は「さ・さしだせそ(酒・砂糖・塩・酢・醤油・味噌)」です。
・昔ながらの長期熟成させた発酵調味料を基本に扱います。

さ



430

東京フード(茨城県・坂東市)

甜菜糖

500g 460円(税込 497円)

北海道産の甜菜から作られた砂糖。まるやかで上品な甘さが特長。

甜菜(北海道)

し



608

青い海(沖縄県・糸満市)

沖縄の塩シマース

1kg 380円(税込 410円)

原塩を沖縄の海水で溶解し、平金で煮詰めて作る再結晶法の塩です。

海水(沖縄県)、天日塩(オーストラリア、メキシコ)

す



612

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)

純米酢

500ml 320円(税込 346円)

米(国内産)

醸酢に砂糖、塩、昆布だしを加えたバランスのよい寿司酢です。

431

431

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)

純りんご酢

500ml 380円(税込 410円)

りんご(国内産)

ごまを煎らすに低温圧搾法でしぼったごま油。焙色や香りがなく、クセのない風味です。ペットボトル入り。



せ

617

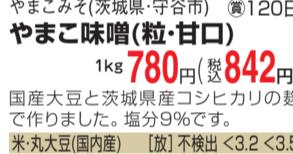
大の

キエニネ醤油(千葉県・野田市)

本仕込しょうゆ

1L 698円(税込 754円)

大豆(アメリカ)



432

米(大)

やまこみそ(茨城県・守谷市)

やまこ味噌(粒・甘口)

1kg 780円(税込 842円)

国産大豆と茨城県産コシヒカリの麹で作りました。塩分9%です。

米・大豆(国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.5

鰯だしをきかせたつゆに、ねりごま、すりごま、信州みそを加えました。

大豆(茨城県)



433

米(大)

やまこみそ(茨城県・守谷市)

やまこ味噌(漬・中辛)

1kg 780円(税込 842円)

国産原料を使用し、1年間熟成させました。塩分11%。

米・大豆(国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.5

北海道産昆布でとった自家製だしとねりごま、焙煎すりごまを使用した贅沢なごまだれです。

昆布(北海道)



438

米(大小)

ポールスター(東京都・東村山市)

かつお香るごまみそめんつゆ

455g 430円(税込 464円)

脱脂大豆・小麦(アメリカ、カナダ)



439

無茶々園(愛媛県・西予市)

無茶々園れもんストレート果汁

150ml 590円(税込 637円)

自社栽培したレモン100%のストレート果汁。引き締まった香りと酸味が特長。

レモン(愛媛県)



440

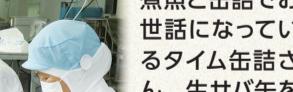
無茶々園(愛媛県・西予市)

無茶々園ゆずストレート果汁

150ml 600円(税込 648円)

自社栽培のゆず100%のストレート果汁。香りが良く、ほんのり甘みがあります。

ゆず(愛媛県)



441

チヨダ(埼玉県・戸田市)

ラー油

45g 600円(税込 648円)

ごま(アフリカ、中南米諸国)



442

青森県田子町産のおろしにんにく

70g 440円(税込 475円)

青森県田子町産の風味豊かなにんにく(福地ホワイト種)だけをおろしました。

にんにく(青森県)



お届けは

1月3回に

なります

タイム缶詰のイチオシ商品がつまつた詰め合わせです。

食品調味料担当 小室のおすすめ

タイム缶詰の厳選缶詰 詰め合わせ♪

煮魚と缶詰でお世話になっているタイム缶詰さん。生サバ缶をはじめ、缶詰5種の詰めあわせです。この機会にぜひいかがでしょう?

特

タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)

タイム缶詰 詰め合わせ

5種5品 1850円(税込 1998円) 2160円

さば(国内産)

お届けは

1月3回に

なります

タイム缶詰のイチオシ商品がつまつた詰め合わせです。



1月3回に

全品特価 タイム缶詰

(岩手県・陸前高田市)



451 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)
北海道産にしん水煮缶

180g (固形量110g)
285円(税込308円)通常税込324円

北海道産のにしんを、赤穂の天塩のみで水煮にしました。

にしん(北海道)

452 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)
北海道産にしん煮付け缶

180g (固形量110g)
295円(税込319円)通常税込335円

北海道産のにしんを、オリジナルの無添加のたれ(陸前高田の八木澤商店の醤油ベース)で煮付けました。

にしん(北海道)

453 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)
北海道産にしんトマト煮缶

180g (固形量110g)
295円(税込319円)通常税込335円

北海道産のにしんを、有機トマトケチャップで味付けしました。食べやすいように少し甘めの味付けです。

にしん(北海道)

454 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)
北海道産にしんアヒージョ缶

180g (固形量110g)
398円(税込430円)通常税込454円

北海道産のにしんを、にんにくの香り付けたオリーブオイルに漬けました。唐辛子の辛味がけいています。

にしん(北海道)

三陸産の魚介をはじめとした新鮮な食材を使用し、手作業で行う詰め作業と添加物を使用しないこだわりで、「ほっとする味」の缶詰作りをしています。

455 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)
短角牛ビーフシチュー缶

180g (固形量110g)
1250円(税込1350円)通常税込1458円

食への感謝の気持ちを込め、出産・子育てを終えた母牛(経産牛)を、トマトベースのシチューにしました。

牛肉(岩手県)

乾物・だし その他

459 リアス(千葉県・船橋市)
熟成焼き海苔全形6枚

板のり6枚 598円(税込646円)

環境に優しい無酸処理、EM(有効微生物)を使って丹精込めてつくられた海苔です。

乾海苔(広島県)

460 リアス(千葉県・船橋市)
広島県産熟成味付け海苔

板のり5枚(8切40枚) 550円(税込594円)

瀬戸内海の内海で、種付けから摘み取り

で丹精込めて育てました。無酸処理。

乾海苔(広島県)

461 リアス(千葉県・船橋市)
凍り豆腐 煮物用

60g 425円(税込459円)

国産大豆100%使用の凍り豆腐。程よい大きさにカットしてあり、湯戻せずにそのまま調理できます。

大豆(国内産)

462 リアス(千葉県・船橋市)
房州ひじき(天然 長ひじき)

21g 480円(税込518円)

房州産のひじきです。水で戻すとカサトしました。だしとりに。

ひじき(千葉県) [放] 不換出 <4.6 <4.1

463 大紀コープファーム(奈良県・五條市)
かつお本節厚削り

100g 475円(税込513円)

かつお節を厚削りにしました。そばやうどんの

のだしとして、風味の良いたしがとれます。

464 リアス(千葉県・船橋市)
だし昆布(カット)

47g 520円(税込562円)

日高昆布を使いやすく15cm位にカットしました。だしとりに。

昆布(北海道)

465 大紀コープファーム(奈良県・五條市)
しその葉ふりかけ

40g 205円(税込221円)

大紀コープファームの生産者が栽培した農薬不使用の

しそをもみしおに、乾燥させて細かくしたもの。

466 常総生協(茨城県・守谷市)
704 甘口カレールウ 小

150g 320円(税込346円)通常税込378円

7皿分

7皿分 常総生協オリジナル

組合員が意見を出し合い、使用原料の

でどこと品質を確認し、非遺伝子組

み換えの素材で作ったフレーク状のカ

レールウ。牛脂は牛牛脂肪使用。

467 前637 日本生活協同組合連合会
オリーブオイル

400g 998円(税込1078円)

オリーブ(スペイン)

468 前640 常総生協(茨城県・守谷市)
705 中辛カレールウ 大・小

150g 350円(税込378円)

7皿分

7皿分 常総生協オリジナル

組合員が意見を出し合い、使用原料の

でどこと品質を確認し、非遺伝子組

み換えの素材で作ったフレーク状のカ

レールウ。牛脂は牛牛脂肪使用。

469 前641 常総生協(茨城県・守谷市)
706 甘口カレールウ 小

150g 350円(税込378円)

7皿分

7皿分 常総生協オリジナル

組合員が意見を出し合い、使用原料の

でどこと品質を確認し、非遺伝子組

み換えの素材で作ったフレーク状のカ

レールウ。牛脂は牛牛脂肪使用。

470 太陽油脂(神奈川県・横浜市)
471 丸富製紙(静岡県・富士市)
472 丸富製紙(静岡県・富士市)
473 丸富製紙(静岡県・富士市)

4g 764円(税込840円)

シアの果実から得られた天然の保湿成分シアバターを配合。唇の乾燥を防ぎ、うるおいを保ちます。

474 太陽油脂(神奈川県・横浜市)
475 丸富製紙(静岡県・富士市)
476 丸富製紙(静岡県・富士市)

500ml 870円(税込957円)

ヒマワリ油を使用した髪にやさしい植物性石けん

シャンプーです。シトラスフローラルの香りです。

477 太陽油脂(神奈川県・横浜市)
478 太陽油脂(神奈川県・横浜市)

500ml 870円(税込957円)

ヒマワリ油を使用した髪にやさしい植物性石けん

シャンプーです。シトラスフローラルの香りです。

479 太陽油脂(神奈川県・横浜市)
480 丸富製紙(静岡県・富士市)
481 丸富製紙(静岡県・富士市)

500ml 500円(税込550円)

かたさない絶妙な肌触り、無漂白原料、環境に配慮した再生紙100%のナチュラルカラーのペーパータオル。

482 太陽油脂(神奈川県・横浜市)
483 丸富製紙(静岡県・富士市)

130m x 60ロール 570円(税込627円)

シルク130m x 60ロール

476~998(青字の注文番号)は、注文用紙の3ヶタ記入欄へご記入ください。

CO-OP MAIL JOSO [2026年1月2回] 15

秋川牧園のレトルトカレー 全品特価

秋川牧園のヨーグルト
と鶏肉を使用。トマト
をベースに鶏肉の旨み
とスパイスがきいたカ
レー。湯煎で。

456 秋川牧園(山口県・山口市)
秋川牧園 バターチキンカレー

180g 428円(税込462円)通常税込486円

鶏肉(国内産)

秋川牧園(山口県・山口市)
秋川牧園 濱戸内レモンのチキンカレー

180g 428円(税込462円)通常税込486円

鶏肉(国内産)

秋川牧園(山口県・山口市)
秋川牧園 骨付チキンカレー

220g 480円(税込518円)通常税込562円

秋川牧園の若鶏手羽元をまるごと本
使用したチキンカレーです。湯煎で。

鶏肉(国内産)

秋川牧園(山口県・山口市)
秋川牧園 骨付チキンカレー

220g 480円(税込518円)通常税込562円

鶏肉(国内産)

秋川牧園(山口県・山口市)
秋川牧園 かつお本節厚削り

200g 998円(税込1078円)

かつお節を厚削りにしました。そばやうどん

のだしとして、風味の良いたしがとれます。

秋川牧園(山口県・山口市)
秋川牧園 だし削り(6種混合)

100g 475円(税込513円)

国産の削り節6種(さば、あじ、うるめ、片口いか
し、まいわし、かつお)をブレンドした削り節です。

さば(鹿児島県、熊本県、愛媛県)

秋川牧園(山口県・山口市)
秋川牧園 和風だし一番

8g x 10 480円(税込518円)

化学調味料、合成甘味料、保存料不使用

の顆粒状のだしの素。

かつお(国内産)

秋川牧園(山口県・山口市)
秋川牧園 和風だし一番

100g x 2 920円(税込994円)

鶏肉(国内産)

秋川牧園(山口県・山口市)
秋川牧園 国産鶏もも肉のトマトソース煮

110g x 2 920円(税込994円)

鶏肉(国内産)

秋川牧園(山口県・山口市)
秋川牧園 スパゲッティ 1.6mm

1kg 498円(税込538円)

デュラム小麦のセモリナ100%使用。太さ1.6mm。

小麦(カナダ、アメリカ、他)

年明けにあってうれしい
いつもの商品が
お買い得♪
全品特価

柿を1/3まで
乾燥し糖度を
高めました。
表面の白い粉
はカビではなく
糖分です。
無煙蒸處理。

さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町) 賞60日
干し柿(市田柿)
472 150g(4~7個) 800円(税込864円) 通常税込
473 300g(7~14個) 1350円(税込1458円) 通常税込
長野県

お得2個組

JAやさと(茨城県・石岡市) 賞届いて5日
本味納豆(タレ・カラシ無)2個組
(40g×3)×2 260円(税込280円) 通常税込
茨城県産大豆使用。小粒大豆を選別したときに出る、やや粒径の大きい豆で作った納豆。タレ、カラシ無し。
大豆(茨城県)
[放] 不検出 <3.5 <3.4

お得2個組

山九水産(山口県・長門市) 賞90日
お魚ソーセージ(3本入) 2袋
(45g×3)×2 800円(税込864円) 通常税込
化学調味料を一切使用せず、日本海近海の新鮮な小魚を使つた、素材の風味を大切にした魚肉ソーセージ。
魚肉(国内産)

お得2袋

新鮮な大根の皮を手むきし塩漬け後、砂糖の浸透で甘く仕上げた東京の代表的な漬物。酸味料、酸化防止剤使用。

476 冷 ● 鈴木食品(埼玉県・北本市) 賞30日
べつたら漬×2袋
200g×2 610円(税込658円) 通常税込
大根(国内産)

お得2個組

北海道酪農公社
手造りチャーンバター
477 冷 ● 北海道酪農公社(北海道・江別市) 賞60日
北海道チャーンバター 2個組
100g×2 640円(税込692円) 通常税込
北海道の牛乳を使い、昔ながらのバーチャーン(攪拌機)で時間かけて作った手作りバター。

塩分16~18%
しつと塩のみで漬けた昔ながらの天日干し梅干。製造工程で潰れたりしたものを詰合せました。

478 冷 ● 大紀コーポファーム(奈良県・五條市) 賞180日
つぶれ梅干
500g 1600円(税込1728円) 通常税込
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

2食

満る里(兵庫県・神戸市) 賞180日
神戸満る里 国産牛丼の具
150g×2 830円(税込896円) 通常税込
国産牛肉の旨み、淡路島産たまねぎの甘味をしつかり感じて頂くため、あっさりと仕上げています。湯煎で。牛肉・玉ねぎ(国内産)

凍

鮮度の良いメバチマグロを使用。原料の良さを活かすため、ペースト状ではなく身の粒感を残しました。

マストミ(徳島県・徳島市) 賞20日
つぶつまぐろたたき身
50g×2 585円(税込632円) 通常税込

えび(養殖)の旨みを逃さぬよう現地で加熱してむき身にし、凍結は1回だけ。サラダ等に。流水・冷蔵解凍で。

482 冷 ● 日本生活協同組合連合会
そのまま食べられるむきえび(生食用)
120g 498円(税込538円) 通常税込
パナメイエビ(ベトナム)

2個

ヤマタ水産(愛知県・名古屋市) 賞180日
篠島産釜揚げしらす 2個組
50g×2 880円(税込950円) 通常税込
篠島産の大きめで味のいいいわし稚魚を釜揚げしました。酢のもの、大根おろし、チャーハンなどに。

10個

484 冷 ● 四国ちぬや(愛媛県・西予市)
レンジでお手軽メンチカツ
500g(10個入) 678円(税込732円) 通常税込
レンジ調理で手軽にできあがるので、おかずや朝食等におすすめ。たまねぎ・鶏肉・豚肉(国内産)

国産小麦粉の皮を使い、国産大豆使用の醤油、減農薬野菜、指定の豚肉を具に使用した餃子。焼いて。

485 冷 ● 大進食品(神奈川県・横浜市) 大小
マム ヨコハマの餃子
360g(20個) 565円(税込610円) 通常税込
豚肉(国内産)

国産ねぎ・キャベツがたっぷり入ったたこ焼。レンジで温めて。トースターで仕上げたり、油で揚げても美味。

486 冷 ● ニッコー(神奈川県・大和市) 賞180日
ねぎ入りたこ焼
15個300g 388円(税込419円) 通常税込
たこ(ベトナム) [放] 不検出 <3.7 <4.4

4個

ニッコー(神奈川県・大和市) 賞180日
大判焼き(カレー)
4個312g 456円(税込492円) 通常税込
国産の玉ねぎ、じゃがいも、人参、豚肉を具に使ったカレー味の大判焼。おやつに、食事としても。レンジで。小麦(国内産)

230g×2 452円(税込488円) 通常税込
豚肉・玉葱・人参・葱・玉子など具材を直火で香ばしく炒めた本格的な炒飯。フライパンかレンジで温めて。米(国内産)

国産大豆100%のお豆腐

丸和食品特集

味付うの花料理、白和え、味付えび入京がんものセット

15年玉企画

丸和の和風お惣菜セット。盛り付けするだけで手軽な小鉢の一品に。

489 冷 ● 米大小
丸和食品(東京都・練馬区) 賞21~30日
丸和の小鉢セット
3種 760円(税込821円) 通常税込
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.5 <1.5

全品特価

200g 228円(税込246円) 通常税込
ゆず(愛媛県) [放] 不検出 <1.0 <1.0

愛媛県産のゆずの皮と果肉を加えた、さわやかな香りが楽しめる寄せ豆腐。

491 冷 ● 丸和食品(東京都・練馬区)
絹とうふ(充填豆腐) 2袋
(300g×3)×2 820円(税込886円) 通常税込
青森県、秋田県産大豆をブレンド。消泡剤を使用せず、にがりで固めた日持ちする充填豆腐。

煮汁をよく含むので、煮物、おでん、鍋物に最適!

492 冷 大 ● 丸和食品(東京都・練馬区)
きざみ揚げ(冷凍) 2袋
100g×2 430円(税込464円) 通常税込
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.9

肉厚の油揚げを、かつおだしをかけて家庭煮に近い味付けにしました。湯煎すると開きやすくなります。

493 冷 ● 丸和食品(東京都・練馬区)
味付いなり揚げ 2袋
10枚×2袋 820円(税込886円) 通常税込
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.9

494 冷 大 ● 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて3日
豆腐屋が作った揚げ物セット
3種 240円(税込259円) 通常税込
人気の「きつねがんも」、「一口厚揚げ」、「一口京がんも」を合わせたパレディ豊かなお得セット。
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.8 <1.6

大豆(国内産)

がんもどきの中に、旬のしめじ、椎茸を加えました。だし汁で薄味をつけていますのでそのまま、また煮物で。

495 冷 ● 米大小
丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて5日
きのこがんも
2個 283円(税込306円) 通常税込
ぶなしめじ(茨城県・他) [放] 不検出 <2.1 <2.2

496 冷 ● 丸和食品(東京都・練馬区) 賞30日
味付きつねがんも
4個 355円(税込383円) 通常税込
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.3

おからと野菜を炒めることにより、素材の旨みを引き出したヘルシーながんも。

497 冷 大 ● 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて5日
おから入り野菜炒めがんも
5個 220円(税込238円) 通常税込
大豆(国内産) [放] 不検出 <2.1 <2.3

498 冷 大小 ● 丸和食品(東京都・練馬区) 賞60日
豆乳ドーナツセット(白蜜1袋・黒糖1袋)
2種各155g 450円(税込486円) 518円
国産の小麦粉と大豆にこだわり、北海道産甜菜糖を使用。水を使わずに豆乳だけで練り上げたドーナツです。
小麦(国内産)

表示マークのご案内

取り扱いサイクル・価格表記

4週に1回お届け 4週に3回お届け
隔週お届け 毎週お届け

シーズン最終 季節商品につき今回で最終

シーズン初 今季初登場

新 新発売の商品

特 特別価格商品

お届け時の温度帯

凍 冷凍品
冷 冷蔵品
表記のないものについて
は常温でのお届けです。

アレルゲン表示

卵卵 乳牛乳 米米 大大豆 そそば 小小麦 落花生 ええび かかに くるみ
'コンタミネーション' (コンタミ) については表示していませんので現物の表示をご確認ください。コンタ
ミの詳細情報については生協までご連絡ください。
※コンタミネーションとは同じ工場でアレルゲン原材料が使用され、微量の混入の可能性があることをいいます。
アレルギーの症状がある場合は、包材表記をご確認の上ご利用ください。

その他

前)は、通常のご注文はもちろん、供給前日の17:00までに電話かFAXでも注文できます。保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。ぜひご覧ください。※月曜コースの方は日曜日ではなく土曜日までにご連絡ください。
は、JOSOわいど仕様のため、原材料または対象の添加物について記載しています。
無農薬は、栽培期間中に生産者が農薬を散布していない事を表しています。

主原料原産地

ノンホモの生乳を
原料に使用ブレンド
で作ったおから
でやさしい味の
ヨーグルト、すっかり
いたる加糖タイプ。

000 冷 ● 石岡 鈴木牧場ヨーグルト(加糖)
(1kg) 419円(税込453円)
生乳(茨城県)

・生鮮品については
主原料の原産地を
表記しています。
・原料が多岐にわ
たる加工品につ
いては、主原料
を可能な限り表
記しています。

※農産品について、地場産(茨城県・千
葉県)をピンク色で表記しています。地
場農作物の消費をすすめましょう!